

さんぽ保健師コラム

(2022 年 神無月号)

はいたい！産業保健専門職(保健師)の千葉です。

10 月になり日暮れ時間も少しずつ早まってきましたね。そして今年も残すところあと3カ月。仕事やプライベートで今年中にやりたかったこと、忙しくて後回しにしていたことなどに取組んでみるのも良いのではないのでしょうか。(私も中断していたヨガの資格取得に年内でラストスパートを掛けようと思っているところです！)

さて、皆さんは職場のメンタルヘルス対策について困っていることはありませんか？「職場のメンタルヘルス何から手を付けよう」「休職中の労働者の職場復帰支援どうしよう」など。「うちにはメンタルヘルス不調の労働者はいないはず・・・」等と思われている場合もあるかもしれません。

「休職の理由、実はメンタルヘルス不調が一番多い」というデータがあるのをご存知でしょうか。傷病手当金(お勤めの方(被保険者)が病気やケガで会社を休んだ時に補償される制度)の申請理由のうち、最も多いのがメンタルヘルス不調等だそうです。年度別にみると平成 25 年は 25,7%でしたが令和 2 年には 32,7%と大幅に増加しています。

若年者(20～39 歳)に至っては傷病手当金を受給している方の半数以上がメンタルヘルス不調等を理由に休職されています。(全国健康保険協会 令和 2 年度現金給付受給者状況調査より)

メンタルヘルス不調等の休職を予防するためにも、職場全体でのメンタルヘルス対策の取り組みが求められています。当センターでは職場のメンタルヘルスの取組みを支援しています！ぜひお気軽にお問い合わせください。

令和 4 年 12 月 1 日(木)「メンタルヘルス不調者の職場復帰支援で大切なこと」をテーマに WEB セミナーを開催します。NHK 健康番組や読売 yomi.Dr.などメディアでの解説も多い東邦大学医療センターの小山文彦先生に、職場復帰支援のポイントを分かりやすく講演して頂きます。

【詳細】<https://www.okinawas.johas.go.jp/topInfo/file/06671.pdf>

【申込】下記申込フォームよりお申し込みください。

<https://www.okinawas.johas.go.jp/ryosemiOrder221201/index.cgi>

皆さまのご参加をお待ちしております。

(沖縄産業保健総合支援センター 産業保健専門職 千葉 千尋)